

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Remaja dikenal sebagai masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dengan ditandai adanya perubahan aspek fisik, psikis, dan psikososial. Masa remaja akan melewati masa krisis dimana remaja berusaha mencari identitas diri.¹ Selain itu, fase remaja juga merupakan segmen perkembangan individu yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi.² Menurut Muss dalam Sarlito Wirawan Sarwono Remaja dalam arti *adolescence* (Inggris) berasal dari kata latin “*Adolescere*” yang artinya tumbuh ke arah kematangan.³ Kematangan tidak berarti hanya tentang kematangan fisik, terutama pada kematangan sosial-psikologis. Sebagian remaja saat menghadapi suatu permasalahan mampu menyelesaikannya dengan baik, namun sebagian lainnya ada yang tidak bisa menyelesaikan hal itu dengan baik. Ketidakmampuan individu pada masa remaja dalam menyelesaikan sebuah masalah dan mampu menghadapi suatu permasalahan yang dapat menyebabkan terjadinya stres dan tekanan yang dapat menimbulkan emosi negatif dan efek negatif.

Selain hal itu, Garisson menyebutkan salah satu tugas perkembangan remaja ialah menjalin sebuah hubungan baru dengan teman-teman sebaya yang berlawanan jenis dan biasa disebut pacaran.⁴ Menjalिन hubungan romantis atau yang biasa

¹ Dariyo, Psikologi Perkembangan Remaja, (Bojonegoro : Ghalia Indonesia 2004), 13-14

² Syamsu Yusuf LN, Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja, (Cet. Ke-10), Bandung:PT Remaja Rosdakarya, hal: 184

³ Sarlito Wirawan Sarwono, Psikologi Remaja, (Cet-ke 8), Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2004, hal: 8

⁴ M Al-Mighwar, Psikologi Remaja (Bandung : CV Pustaka Setia ,2006). hal. 31.

disebut pacaran menurut Santrock sudah terbentuk pada tahun 1920-an, dimana pada saat itu fungsi utama dari pacaran adalah untuk memilih serta mendapatkan seorang pasangan. Saat itu pacaran dilakukan oleh para remaja akan diawasi dengan cermat oleh orang tuanya, tetapi belakangan ini remaja memiliki kendali lebih besar dalam proses hubungan berpacarannya serta dengan siapa mereka menjalin hubungan dan pacaran akan berkembang menjadi suatu yang lebih dari sekedar persiapan untuk menikah.⁵ Dengan demikian, pemutusan suatu hubungan juga merupakan hal yang biasa dan normal terjadi dalam dinamika sebuah hubungan dengan lawan jenis yang intim.⁶

Para remaja mampu berpikir rasional dan memiliki pertimbangan matang serta pemikiran yang jernih dalam menghadapi suatu masalah.⁷ Remaja yang pernah mengalami putus cinta akan melakukan cara yang berbeda-beda dalam meluapkan perasaan emosinya saat putus cinta. Pada remaja yang mampu mengatasi masalahnya, mereka akan melakukan banyak hal seperti jalan-jalan, menonton film, atau bahkan mampu menceritakan permasalahannya dengan orang tua atau dengan teman yang ia percaya. Dan pada remaja yang belum mampu mengatasi masalahnya akan cenderung melakukan hal-hal negatif ketika mengalami putus cinta, remaja lebih suka mengurung diri di kamar sambil menangis, tidak makan, dan bahkan sampai melakukan kegiatan melukai diri sendiri yang biasa disebut dengan *Self-Injury*.⁸ Sama halnya yang diungkapkan oleh Kirchner, remaja yang mengalami stress akan menunjukkan beberapa tanda

⁵ Santrock John W, Perkembangan Anak. (Jakarta : PT. Erlangga, 2007) Jilid 1 Edisi kesebelas. Hal 8.

⁶ Anselma T, Ratriani Y.E, “ Hubungan antara kecerdasan empsi dengan *Forgivness* pada remaja yang putus cinta akibat perselingkuhan” *Jurnal psikologi konseling* vol. 14 No. 1, Juni 2019

⁷ *Ibid.*, h.331

⁸ Wawancara awal, DR, 15 Maret 2022.

seperti melukai diri sendiri, percobaan bunuh diri, dan bunuh diri. Perilaku menyakiti diri sendiri yang disebut *Self-Injury* perlu dibedakan dengan keinginan bunuh diri atau percobaan bunuh diri.⁹

Perilaku *Self-Injury* diartikan sebagai perilaku menyakiti diri sendiri yang dilakukan secara sengaja. Bentuk dari *Self-Injury* yang paling sering dilakukan antara lain menyayat atau memotong kulit, memukul, membakar dan mencakar diri sendiri. Meskipun hal ini terjadi tanpa adanya niatan untuk mengakhiri hidup atau untuk mati, bukan berarti hal ini tidak berbahaya. Tidak adanya niatan untuk mati bukan berarti tidak dengan sendirinya melindungi perilaku self-injury dari kematian.¹⁰ Strong menemukan alasan utama seorang individu untuk melakukan *self-injury* yaitu untuk mengubah suasana hati yang sedang dirasakan. Sering kali orang mengira perilaku bahwa *self-injury* yang dilakukan individu untuk mencari perhatian kepada orang lain. Namun sebetulnya individu yang melakukan perilaku *Self-Injury* akan menyadari apa yang telah dilakukan, menyadari bahwa luka yang ada pada dirinya dan menyembunyikan dari orang lain.¹¹

Penelitian yang dilakukan oleh Ee dan Mey di Malaysia, dari 250 pelajar pada usia 14-16 tahun, sekitar 68% yaitu 170 pelajar yang terdiri dari 58 laki-laki dan 112 perempuan pernah melakukan perilaku menyakiti diri sendiri. Sekitar 49,4% pada usia 13-14 tahun dan 50,6% pada usia 15-16 tahun. Hal ini menunjukkan dalam kasus internasional perilaku menyakiti diri sendiri merupakan perilaku yang harus segera diatasi karena sebagian besar remaja pernah melakukan perilaku

⁹ *Ibid*

¹⁰ Niva Fadhila dan Muhammad Syafiq, Pengalaman Psikologis Self-Injury Pada Perempuan Dewasa Awal, *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2020. Vol. 7(3), hlm. 168-1

¹¹ *Ibid.*, h.169

menyakiti diri sendiri. Seharusnya sebagai seorang umat muslim, kita dapat berpegang teguh pada firman Allah dalam kondisi apapun, baik sehat maupun sakit secara fisik maupun mental. Dalam prespektif islam mengajarkan bawah aqidah dianjurkan agar betul- betul tertanam dalam tatanan dan kerangka berpikir yang dimilikinya hingga bisa menjadi pijakannya dalam setiap ihwal dan sepak terjangnya, sehingga hidup ini hanya untuk mengabdikan pada sang Khaliq Dzat yang memenuhi kebutuhan setiap yang hidup di dunia ini¹². Al-Qur'an mampu menjadi petunjuk bagi umat manusia, salah satu ayat Al-Qur'an menjelaskan :

فَلَعَلَّكَ بَاخِعٌ نَفْسِكَ عَلَىٰ آثَارِهِمْ إِنْ لَمْ يُؤْمِنُوا بِهَذَا الْحَدِيثِ أَسَفًا

Artinya : “Maka (apakah) barangkali kamu akan membunuh dirimu karena bersedih hati setelah mereka berpaling, sekiranya mereka tidak beriman kepada keterangan ini.”¹³

Dalam hal ini, peneliti menemukan sebuah kasus seorang remaja yang mengalami putus cinta melakukan perilaku *Self-Injury* di Kota Kediri. Dari observasi awal yang dilakukan peneliti di kota kediri diperoleh beberapa informasi bahwa perilaku *Self-Injury* menjadi salah satu bentuk pelampiasan pada remaja yang mengalami putus cinta, ditemukan bahwa *Self-Injury* dirasa dapat menyalurkan apa yang tidak dapat dilakukan secara verbal dan tindakan dilakukan untuk melampiaskan kemarahan dirinya pada orang lain dengan mengarahkannya pada bagian tubuh diri sendiri.¹⁴ Perilaku *Self-Injury* sendiri merupakan tindakan melukai diri sendiri dengan sadar atau sengaja tanpa adanya niat menghilangkan

¹² Ahmad subakir, Pemikiran tasawuf imam qusyairi. (Depok : PT RajaGraDinfo persada, 2021) Ed.1 hal 49

¹³ Q.S Al-Kahfi:6

¹⁴ Wawancara apertama dengan subjek RD, bertempat di rumah teman subyek RD pada tanggal 5 Juni 2022.

nyawa untuk melampiaskan sebuah emosi yang dirasakan. Dengan demikian, apapun tindakannya yang dilakukan individu dengan sadar kepada dirinya sendiri dengan tujuan melampiaskan emosi akhirnya dapat menyebabkan diri terluka maka itu termasuk kedalam tindakan perilaku *Self-Injury*.

Peneliti tertarik untuk meneliti topik penelitian ini karena fenomena melukai diri atau *Self-Injury* sudah menjadi tren di kalangan para remaja tetapi masih sedikit penelitian yang dilakukan di Indonesia. Setelah peneliti mendapatkan subjek yang bersedia untuk menjadi informan dalam penelitian ini, peneliti ingin menggali lebih dalam mengenai dinamika psikologis *Self-Injury* pada remaja yang mengalami putus cinta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika psikologis *Self-Injury* pada remaja yang mengalami putus cinta. Untuk itu dilakukan penelitian dengan judul “Dinamika Psikologis *Self-Injury* pada Remaja yang mengalami putus cinta (studi fenomenologi di Kota Kediri)”

B. Fokus Penelitian

Dari konteks penelitian yang dikemukakan diatas, maka fokus penelitian ini adalah “Bagaimana dinamika psikologis *Self-Injury* pada remaja yang mengalami putus cinta?”.

C. Tujuan Penelitian

Dari konteks penelitian yang dikemukakan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika psikologis *Self injury* pada remaja yang mengalami putus cinta.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yakni:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini bermanfaat untuk dapat menambah pengetahuan dan pemahaman terhadap dinamika psikologis pada remaja yang melakukan perilaku *Self-Injury* pada remaja putus cinta dan bermanfaat di dalam perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi sosial dan klinis, serta dapat dijadikan acuan pengetahuan pada penelitian terkait *Self-Injury* pada remaja yang mengalami putus cinta berikutnya.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah dapat memberikan gambaran proses dinamika psikologis *Self-Injury* pada remaja yang mengalami putus cinta. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai intropeksi bagi remaja dan keluarga remaja pada pelaku *Self injury*.

E. Telaah Pustaka

1. Jurnal Ghaida Az-zahra Kusnadi yang berjudul *Self Injury In Adolescents That May Disturb The Mental Health*.¹⁵ Hasil dari penelitian ini bahwa metode dalam penelitian ini menggunakan studi kepustakaan. Dan sumber data maupun informasi mencakup beberapa laporan dalam kegiatan WHO, penelitian sebelumnya tentang topik kesehatan mental dan peraturan serta kebijakan yang terkait. Selama masa pandemi permasalahan yang dialami oleh masyarakat tidak hanya masalah sosial, ekonomi, fisik, tetapi juga pada masalah mental dan psikologis. Oleh karena itu, menyebabkan sebagian orang terutama remaja merasa bosan, sedih yang berdampak pada kesehatan mental sehingga muncul tindakan *self injury*. Hal ini dilakukan untuk meluapkan perasaan emosi diri

¹⁵ Ghaida Az-zahra Kusnadi, “*Self Injury In Adolescents That May Disturb The Mental Health*”, *Jurnal Psikologi Edukasi dan Konseling*, Vol. 1, no. 1, 2021

oleh remaja namun dengan cara perilaku yang negatif berupa perilaku melukai diri sendiri tanpa ada niatan bunuh diri. Persamaan dalam penelitian ini yaitu membahas tentang perilaku *Self-Injury*. Sedangkan perbedaannya penelitian tersebut menggunakan metode studi kepustakaan dan penelitian yang ditulis oleh penulis menggunakan metode penelitian kualitatif.

2. Pada Akwila Verenisa yang berjudul *Gambaran Self-Injury Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran*.¹⁶ Hasil dari penelitian ini adalah bahwa alasan mahasiswa melakukan self-injury karena mengalami masalah akademik. Kejadian self-injury lebih banyak dilakukan oleh perempuan daripada laki-laki. Karena perempuan mengalami perubahan hormone setiap bulan yang berpengaruh terhadap emosionalnya. Persamaan dalam penelitian ini yaitu mengetahui gambaran perilaku self-injury, sedangkan perbedaannya yaitu penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dan penelitian penulis menggunakan metode kualitatif.
3. Pada jurnal Komang Susmitha Awandari yang berjudul *Self- Injury Yang Tercermin Pada Tokoh Ayumu dalam Manga Raifu Karya Keiko Suenobu*.¹⁷ Hasil penelitian tersebut adalah untuk mengetahui karakteristik pelaku self-injury, faktor penyebab, serta dampak dari melakukan perilaku tersebut. Dalam penelitian tersebut subyek merasa benci terhadap dirinya sendiri, merasa kurang kasih sayang orang tua, serta diabaikan oleh temannya. Hal tersebut yang menjadi faktor penyebab melakukan self-

¹⁶ Akwila Verenisa, *Gambaran Self-Injury Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran*. Skripsi. Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Bandung, 2020

¹⁷ Komang Susmitha Awandari, "Self-Injury Yang Tercermin Pada Tokoh Ayumu dalam Manga Raifu Karya Keiko Suenobu", *Jurnal Humanis*, Vol. 22, no. 2, 2018, (Bali: Fakultas Ilmu Budaya Universitas Udayana)

injury. Persamaan penelitian tersebut dengan penulis yaitu membahas Self-injury, sedangkan perbedaannya yaitu penulis menjelaskan dinamika psikologis remaja putus cinta yang mengalami putus cinta.

4. Destiana Maidah tentang *self-injury* pada mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pelaku Self-Injury)¹⁸ Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran perilaku self-injury tentang latar belakang, dinamika, bentuk-bentuk perilaku, faktor penyebab, dampak serta karakteristik dari pelaku self-injury. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara, observasi, rekaman, alat tes psikologi (DAP, BAUM, HTP). Persamaan dalam penelitian ini yaitu membedah mengenai *Self-Injury*, perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian saya adalah pada subjek dimana subjek pada penelitian oleh Destiana Maidah adalah mahasiswa, sedangkan pada penelitian saya menggunakan remaja di kota Kediri.
5. Muslimah Zahro Romas dengan judul *Self-Injury* remaja ditinjau dari konsep dirinya.¹⁹ Hasilnya ada hubungan negatif antara konsep diri dengan kecenderungan yang akan memungkinkan terjadinya perilaku self injury pada remaja. Persamaan pada penelitian ini ialah sama membedah bagaimana perilaku *Self-injury* yang terjadi pada remaja, sedangkan perbedaan penelitian saya dengan penelitian ini adalah menggambarkan *Self-Injury* dipandang dari latar belakang konsep diri, sedangkan penelitian saya membahas dinamika psikologis remaja putus cinta yang melakukan self-injury.

¹⁸ Destiana Maidah, *Self Injury Pada Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Pelaku Self Injury)*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2013

¹⁹ Muslimah Zahro Romas, "Self-Injury Remaja Ditinjau Dari Konsep Dirinya", *Jurnal Psikologi*, Vol. 8, (Yogyakarta: Universitas Proklamasi 45 2012)